Rok X
Nr. 19

1 Października 1936 r.

Opłata uiszczona ryczałtem
Cena 50 gr.

MŁODA MATKA



DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

PISMO POPIERANE PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE

Kąpiel niemowlęcia.

(Dalszy ciąg).

Gdy wszystko do kąpieli mamy przygotowane, kładziemy dziecko na stole i najprzód przystępujemy do mycia oczu. Bierzemy dwa kawałki waty, maczamy w miseczce z czystą przegotowaną wodą, wyciskamy je i jednym wacikiem zmywamy lewe oko, a drugim prawe.

przemycie ich nieraz kilka wilgotnych wacików.

Przechylając dziecko na prawy i na lewy bok, czyścimy wilgotnym wacikiem kolejno prawe, a następnie lewe ucho. Tutaj musimy dokładnie obejrzeć wszystkie uchyłki muszli usznej i dobrze je oczyścić wilgotnym waci-





Jak należy (watą) i jak nie nalaży (szpilką) czyś ić uszy?

Oczy myjemy w ten sposób, że przechylając dziecko na lewy bok, wycieramy wilgotnym wacikiem zamkniętą powiekę, idąc od strony nosowej ku zewnętrz, a następnie, przechylając ją na stronę prawą, wycieramy w ten sam sposób prawą powiekę. W wypadku stwierdzenia zaschniętej ropy na powiekach, zużywamy na

kiem, gdyż tam najchętniej zbiera się brud. Nie wolno jest używać do czyszczenia uszu szpilek, agrafek lub patyczków, gdyż łatwo można dziecku uszkodzić ucho bądź wywołać zakażenie.

Wilgotnym skręconym wacikiem oczyszczamy z kolei otwory nosowe. Należy tu zachować ostrożność, żeby

nie uszkodzić błony śluzowej nosa przez zbyt głębokie wsuwanie wacika.

Większym płatem waty, zmoczonym w ciepłej wodzie z miseczki, a nie z wanienki, myjemy dziecku twarz.



Czyszczenie nosa (krótki wacik).

Wewnątrz buzi nie myjemy, gdyż delikatna błona śluzowa niemowlęcia łatwo może ulec uszkodzeniu.



Mycie oczu.

Robimy to jedynie na zlecenie lekarza, polecającego pendzlowanie tym czy innym środkiem lekarskim, w razie powstania tam pleśniawek lub jakichś uszkodzeń.

Dopiero po zjawieniu się wszystkich siekaczy czyścimy je mięciutką szczoteczką do zębów lub nawet czystą szmatką, zmaczaną w słonej wodzie (na szklankę wody łyżeczka soli).



Trzymanie dziecka w wannie.

Z kolei bierzemy zmoczony i niewyciśnięty wacik i zmywamy nim u chłopców otwór cewki moczowej, a u dziewczynek srom, rozchyliwszy wargi sromu dwoma palcami lewej ręki. Zmywając wargi sromu, idziemy z góry na dół t. j. do otworu stolcowego, a nie odwrotnie, gdyż w przeciwnym razie łatwo moglibyśmy zanieczyścić okolice sromu resztkami kału. Zmywanie tych miejsc powtarzamy kilkakrotnie, używając za każdym razem świeżych kawałków waty, dopóki całkowicie nie usuniemy brudu i resztek pudru.

(C. d. n.)

Dr St. Średnicki.

Jeczcze o zagadnieniu „krzywica a zęby".

Chwila, w której matka zauważy przerzynanie się pierwszego ząbka u swego 6—8 miesięcznego dzidziusia, jest zwykle prawdziwym świętem dla całego domu. Wszystkim krewnym, blizkim i dalszym, wszystkim znajomym i sąsiadom, którzy z tego powodu podziwiają dzidziusia, matka z dumą powtarza: „patrzcie, jakie moje dziecko jest silne i zdrowe, ma już ząbki tak wcześnie!".

Odwrotnie dzieje się, o ile wyrzynanie się ząbków ulega opóźnieniu. Mija czasem ósmy miesiąc życia, mija i dziesiąty, a czasem i rok upływa — ząbki nie ukazują się. Zaczyna się wtedy w domu popłoch, gorączkowe oczekiwanie na spóźnionego przybysza, zasięganie rad u sąsiadek, a w końcu wniosek — dziecko nie ma ząbków, jest napewno chore na „angielkę". W dzisiejszym artykule zajmiemy się pokrótce kwestią, ile jest słuszności w słowach jednej i drugiej mamusi, Otóż okazuje się, że obydwie mamusie mają częściowo rację, ale tylko częściowo. Dlaczego? Postaramy się wyjaśnić.

Najsamprzód musimy powiedzieć, że czas wyrzynania się ząbków jest przeważnie dziedziczne uwarunkowany, to znaczy, że w pewnych rodzinach pierwsze ząbki u dzieci pojawiają się w jednakowym mniej więcej wieku. Zależy to od czynników dziedzicznych, na które przeważnie nie możemy mieć wpływu.

Ale pomijając te czynniki, nie zawsze wcześnie wyrzynające się ząbki są oznaką zdrowia organizmu, często nawet zdarza się, że u dzieci wątłych, mizernych, z niedoborem wagi w stosunku do wieku ząbki pojawiają się we właściwym czasie. Z drugiej strony znowu często u dzieci silnych i zdrowych spotykamy się z ząbkowaniem opóźnionym. Naogół jednak dzieci odżywiane sztucznie, zwłaszcza nieodpowiednio od samego prawie urodzenia, mają zawsze opóźnione ząbkowanie, nawet o ile nie są chore na krzywicę.

Gdy opóźnienie w pojawieniu się pierwszych zębów nie jest duże — możemy czekać spokojnie. Kiedy jednak po dziewiątym miesiącu życia ząbków nie ma — zmuszeni jesteśmy podejrzewać dziecko o krzywicę i wtedy — najprościej i najlepiej — udać się do lekarza, który znajdując inne jeszcze objawy krzywicy, jak: zniekształcenia kości czaszki, klatki piersiowej, duży brzuszek, przepisze odpowiednie leczenie.

Spotykamy jednak dzieci krzywicze, u których pierwsze ząbki pojawiają się w odpowiednim czasie — nie wyciągajmy więc stąd zbyt pośpiesznych wniosków o braku krzywicy. U takich dzieci, wpływ bowiem krzywicy na zęby

Higiena, pielęgnacja i rozwój dziecka w obrazkach.

Rozwój statyki niemowlęcia.

Nie krępujmy ruchów dziecka!



Wszelkie gimnastykowanie niemowlęcia jest zbędne.



Dziecko bardzo młode (pierwsze tygodnie życia) lub słabe (np. krzywicze), położone na brzuch, leży prawie bezwładnie, ledwo unosi głowę.



Później zaczyna wykonywać ruchy głową i nóżkami. (Postawa czynna).



Dalszy etap — pełzanie,



jeszcze dalszy — czołganie się, czyli chód na czworakach.



Nawet nieco starsze dziecko, już umiejące chodzić, chętnie korzysta z tego sposobu poruszania się, nie należy mu też przeszkadzać.



Gdy dziecko poczuje dosyć siły, chwyta się poręczy łóżka lub kojca i staje.





Pierwsze kroki.

Zdrowe dziecko 9-miesięczne stoi swobodnie, bez strachu.

Nie przyśpieszajmy sztucznie biegu tych spraw! Z dzieckiem chorym zwróćmy się do lekarza!

Dr M. ZAKS.

polega nie tylko na opóźnieniu ich pojawiania się. U dzieci dotkniętych krzywicą z powodu złej gospodarki solami wapnia, zęby mleczne, a później i stałe, są zwykle mniej trwałe, łatwo psują się z powodu wczesnej próchnicy, wypadają i t. d. Ponieważ w krzywicy istnieją zwykle pewne zniekształcenia kości szczęk, zęby mając później za mało miejsca rosną nierówno, zachodzą na siebie, wykrzywiają się — co się często spotyka zwłaszcza w uzębieniu dzieci starszych. Zęby nierówno rosnące, zęby słabe, zniszczone próchnicą, źle żują pokarm, co doprowadzić może do chorób żołądka, nie mówiąc o tem, że same mogą stać się źródłem różnych zakażeń ropnych, zapalenia gruczołów i t p.

Nie zapominajmy więc, że w chwili, kiedy okres „wyczekiwania" na ząbki przedłuża się poza dziewiąty miesiąc życia dziecka, należy udać się do lekarza w celu stwierdzenia, czy dziecku nie grozi krzywica. W wieku niemowlęcym bowiem, możemy stosunkowo niedużym wysiłkiem w postaci odpowiedniego leczenia odwrócić niebezpieczeństwo krzywicy, która nie leczona, pozostawia na całe życie pamiątkę w postaci złego uzębienia i wszystkich jego następstw.

Dr. B. Górnicki.

Odpowiedzi na najczęstsze pytania matek.

Wybór karmicielki.

1) W jakich okolicznościach należy korzystać z usług karmicielki?

1) Wtedy, gdy: matki wogóle nie ma; 2) matka pokarmu nie posiada lub z różnych ważnych powodów karmić nie może, a stan zdrowia dziecka wymaga odżywiania pokarmem kobiecym.

2) Jakie dzieci szczególnie potrzebują odżywiania pokarmem naturalnym?

Wcześniaki, niemowlęta słabe, wyniszczone i z zaburzeniami żołądkowo-jelitowymi.

3) Czy pokarm karmicielki jest zawsze równoznaczny z pokarmem matki?

Naogół tak; mogą jednak istnieć pewne różnice osobnicze, które nie mają większego znaczenia.

4) Jakim wymaganiom musi odpowiadać kandydatka na karmicielkę?

Kandydatka na karmicielkę powinna być:

1) zdrowa,
2) młoda,
3) czysta i bez złych nałogów jak picie alkoholu, palenie tytoniu,
4) winna mieć dużo pokarmu.

5) Na co należy szczególnie zwracać uwagę przy ocenie stanu zdrowia kandydatki na karmicielkę?

Na możliwość istnienia gruźlicy (konieczne badanie promieniami

Roentgena), kiły (badanie krwi!) i innych chorób wenerycznych, chorób zakaźnych i skórnych.

6) O czym nie należy przytem zapominać?

O obejrzeniu i zbadaniu dziecka karmicielki.

7) Jak się przekonać, czy karmicielka będzie miała dostateczną ilość pokarmu?

a) Najlepiej przez ustalenie pokarmu w ciągu całej doby przy pomocy wagi.

b) Poza tym dobry wygląd i dobra waga dziecka karmicielki świadczy także o dostatecznej ilości pokarmu.

8) A czy znaczna różnica wieku dziecka, które ma być karmione i dziecka karmicielki nie będzie stanowić przeszkody?

Różnica wieku wynosząca kilka miesięcy nie ma znaczenia, byleby dziocko karmicielki miało co najmniej 6 tygodni.

9) Czy potrzeba badać pokarm karmicielki?

Naogół nie potrzeba.

10) A o czym jeszcze trzeba pamiętać?

O tym, że chore na kiłę niemowlę może w czasie ssania zakazić zdrową karmicielkę.

11) Jakie bywają rodzaje karmicielek?

Rozróżniamy dwa rodzaje karmicielek:

1) karmicielkę przyjętą na stałe do domu;

2) karmicielkę mieszkającą poza domem i dostarczająca pokarm odstrzyknięty.

12) Która z tych dwu możliwości jest lepsza?

Przyjęcie karmicielki na stałe do domu, aczkolwiek i jedna i druga możliwość ma swe zalety i wady.

13) Jakie niewygody powodują przyjęcie karmicielki na stałe?

Razem z karmicielką trzeba bowiem przyjąć i jej dziecko, co znacznie zwiększa koszty utrzymania

14) A jakie ma to zalety?

1) Łatwość ścisłej kontroli sposobu życia karmicielki (co jest rzeczą konieczną) oraz jej diety;

2) dziecko otrzymuje pokarm bezpośrednio z piersi karmicielki (ssie).

15) A czy dziecko karmicielki musi być przyjęte razem z matką do domu?

Tak. Dziecka karmicielki nie wolno bowiem odstawiać od piersi

Pokarm winna ona dzielić między jedno i drugie dziecko. W razie niewystarczającej ilości pokarmu niemowlęta otrzymują pożywienie mieszane.

16) A jakie bywają trudności, gdy karmicielka mieszka poza domem?

1) Kontrola jej sposobu życia jest wtedy bardzo utrudniona.

2) Niemowlę otrzymuje w tym wypadku pokarm odstrzyknięty, co nie jest równoznaczne z przystawianiem dziecka do piersi.

3) Istnieje możliwość zakażenia pokarmu przy przenoszeniu go do domu.

17) Dlaczego podawanie odstrzykniętego pokarmu nie jest równoznaczne z przystawianiem dziecka do piersi?

Bo: 1) samo ssanie wzmaga odruchowo wydzielanie soków trawiennych;

2) odstrzyknięty pokarm zanim zostanie podany niemowlęciu, może ulec pewnym zmianom, które go czynią mniej wartościowym.

Dr. P. Wójciak.

Ze skrzynki do listów.

Zwracanie przez niemowlęta pokarmu jest naogół zjawiskiem fizjologicznym.

Pani Irena C. w Kutnie.

Zdaje mi się, że zanadto przejmuje się Pani tą dolegliwością u swojego dziecka.

Tak mi się zdaje, boć nie mogę tego stwierdzić z całą pewnością, nie znając szczegółów i nie badając dziecka. Przypuszczam, że po przeczytaniu mojej odpowiedzi sama Pani osądzi, czy i jak dalece należy się przejmować tego rodzaju niedomaganiem u dziecka. W opisywaniu pewnych nienormalnych objawów u dziecka matki najczęściej uciekają się do przesady, przejaskrawień i wyolbrzymień.

Jakaś bagatelka, jakiś dostrzeżony u dziecka drobiazg może być często przez matkę przedstawiony w ponurych obrazach, rozdmuchany do niebywałych rozmiarów. Spotkać się też również nierzadko można z tym, że jakieś poważne niedomaganie u dziecka może być niezauważone przez matkę bądź też zbagatelizowane. Zależy to od stopnia wrażliwości u tej czy innej matki.

Takie naprzykład zjawisko, jak zwracanie przez Pani niemowlę pokarmu, przez Panią nazwane jest zwracaniem, co jest słuszne, a wiele matek będzie ten objaw nazywało wymiotami.

Między wymiotami jednakże a zwracaniem, albo odlewaniem jest duża różnica, bo o ile zwracanie u niemowlęcia można naogół zbagatelizować, to w stosunku do wymiotów obojętnym pozostać nie wolno.

Zwracanie albo odlewanie wyssa-

nego pokarmu jest zjawiskiem wśród niemowląt naogół częstym i niewinnym i zdarza się już w pierwszych tygodniach życia niemowlęcia.

Często z miną wystraszoną matka skarży się do lekarza, że jej dziecko wymiotuje, drogą jednakże dokładnych wywiadów i badania samego dziecka ustala się, że niepokój matki nie ma podstaw, bo nie o wymioty chodzi tu, tylko o zwykłe zwracanie przez dziecko części wyssanego pokarmu.

Dziecko, które tylko odlewa pokarm, będzie wykazywało cechy zdrowego niemowlęcia, dziecko zaś wymiotujące nie jest zdrowym. Wymioty u niemowlęcia często są objawem, albo zwiastunem choroby.

Wszystkie prawie niemowlęta zwracają pokarm naturalny bądź sztuczny. Istnieje tylko ogromna rozpiętość co do nasilenia tego odlewania. Jedne niemowlęta zwracają nadzwyczaj rzadko, inne częściej, a są niemowlęta, które zwracają po każdym albo prawie po każdym karmieniu.

Zwracanie zatem jest u niemowląt zjawiskiem naogół fizjologicznym, nie chorobowym.

Nie odbija się przeważnie ono na wadze, na samopoczuciu, na ogólnym stanie niemowlęcia, aczkolwiek objaw ten może trwać przez kilka tygodni, niekiedy miesięcy. Wśród przyczyn tego zjawiska możnaby wymienić wiele, wystarczy jednakże wskazać na najważniejsze: nadmiar wyssanego pokarmu przy jednoczesnym małym zapotrzebowaniu przez niemowlę, połykane podczas ssania wraz z pokarmem powietrze i inne. Przez zwracanie dziecko naogół traci pokarmu niewiele, nic też dziwnego, że nie odbija się to przeważnie w sposób ujemny na jego przybieraniu na wadze.

Wymiotujące zaś niemowlę może często wyrzucić z siebie cały zapas spożytego pokarmu.

Przekonała się już chyba Pani, że do zbytniego niepokoju z powodu niedomagania Jej dziecka nie ma podstaw.

Jednakże widok spływającego z ust niemowlęcia pokarmu i zalewającego jego policzki, otóż widok taki do przyjemnych nie należy. Na to możnaby coś niecoś poradzić.

Niech troską tą obarczy Pani swego domowego lekarza.

Dr. St. Średnicki.

Podsłuchane rozmowy.

(Dzieci są świadkami naszego „sprytu" i drobnych codziennych oszukaństw).

W tych dniach byłam z siostrą na wizycie u znajomej pani Jadwigi i — wyraźnie skorzystałam: zdobyłam materjał dla „Młodej Matki".

— Wspaniała wystawa w Zachęcie — powiada pani Jadwiga.

— Poszłabym, ale nie mam pieniędzy — rzecze siostra.

— Dam Pani swoją legitymację członkowską, nic Panią nie będzie kosztowało.

— To mamusia oszuka wystawę, — miesza się do rozmowy sześcioletni Jacuś, wsparty o kolana matki, — sama mówiłaś, że jak kto oszuka, to Bozia będzie sie gniewać.

— To nie jest oszukaństwo. Zresztą, nie wtrącaj się. Idź do Jagusi, tam się teraz pobawisz.

— Niestety, malec ma rację: to jest oszukaństwo — rzecze moja siostra po wyjściu chłopczyka.

— Takie głupstwo! Używanie cudzych legitymacji weszło zresztą w zwyczaj. Każdy o tem wie.

— Złote słowa pani: „głupstwo", „weszło w zwyczaj", „każdy o tem wie". Z przerażeniem stwierdzam, pomijając wyjątkowe odosobnione wypadki, że owe „głupstwa" stały się chlebem powszednim naszego życia: jeden korzysta z cudzej legitymacji (użyczonej mu często pod wpływem źle pojętej towarzyskiej grzeczności); druga chwali się, że „dała w łapę" woźnemu i puścił ją poza kolejką, a inni w urzędzie musieli czekać; trzeci jedzie za darmo pociągiem, jako krewny posiadającego wolny bilet jazdy, a krewnym

nie jest; jeszcze inna przychodzi do domu ucieszona, że udało się jej wydać fałszywą złotówkę... Byle wykorzystać, byle zabłysnąć sprytem, byle nie wydać grosiczka! Pozwalanie sobie na podobne „głupstwa“ ogromnie wpływa na obniżenie poziomu etycznego w społeczeństwie: dzieci, wychowywane w tym „stylu“, nie wyrosną na ciekawych ludzi. Tworzy się rodzaj fatalnego łańcucha, bo należy pamiętać (poza tym, że oszukaństwo — choćby najmiejsze — pozostanie zawsze oszukaństwem), że „od łyczka do rzemyczka”: nie miał napewno mocnych podstaw etycznych pewien mój znajomy budowniczy, który zupełnie serjo, głośno, przy stole, w obecności córeczki — pouczał, że aby zarobić na domu, należy sprytnie postąpić: postawić dom z materiału lichszego, a potem sprzedać jako pełnowartościowy.

— O to nieuczciwość!

— Ba! Tamto wszystko jest nieuczciwością. Moim zdaniem — tak właśnie sobie powinni wyraźnie powiedzieć dorośli i... winni bez wstydu — jeśli są na fałszywej drodze — zawrócić z niej i czuwać nad sobą, żeby ich postępki nie stały się krzywym zwierciadłem, w którym syn lub córka znajdą — prędzej lub później — swoje odbicie.

Poruszyłabym jeszcze jedną związaną z tymi sprawę, ale chyba po podwieczorku, bo widzę, że Jagusia nakrywa do stołu, a i Jacuś do nas idzie.

— — — — — — — — — — —

Tym, co poruszono po podwieczorku, podzielę się w następnym numerze.

Janina Stawe.

Książka w życiu dziecka.

Mu-uu! Hau! hau! Be-e e! woła mały Miecio, pokazując oczętami zwierzątka w książce z obrazkami. Mówi się o Mieciu, że czyta, bo poza wydawanymi głosami, lubi też wodzić paluszkiem po stronach zapisanych i jednocześnie coś szeptać a mruczeć, jak gdyby przepowiadając sobie wierszyki, których wprawdzie nie pamięta, ale treść zna dobrze.

Miecio nie rozrywa kartek, nie szarpie książek. W domu jego uprawia się kult książki. Książka to coś, co się ogląda lub czyta, mając rączki umyte, książkę się okłada papierem, by się nie niszczyła, stół na którym ma leżeć książka musi być starannie wytarty. I nigdy w tym domu nie ogląda się i nie czyta książek podczas jedzenia. Miecio wie, że książeczka to nie zabawka. Książka to coś takiego jak to, że się ma Miecio cicho zachowywać, bo tatuś zmęczony, położył się, bo mamusia chora lub są jacyś niezwykli goście (bo przy zwyczajnych gościach: babci, ciotkach, wujkach dają mu zupełną swobodę), bo dziś jest święto i t p. I wszystko

byłoby dobrze z tymi książkami, gdyby nie to, że ich taki brak, że Miecio nie umie czytać, a przeczytane dwuwiersze pod obrazkami zna już tak dobrze... Poza tym Miecio lubi tylko takie książeczki, które zawierają znane mu rzeczy lub zwierzęta: domek z ogródkiem, drzewa, konie, psy i koty budzą w nim zachwyt. Inne obrazki nudzą go tak dalece, że woli oglądać ludzi, przechodzących ulicą, auta, pędzące lub tramwaje, sunące z powagą ulicami miasta lub drzewa, kwiaty, domy i t. p.

O! Miecio jest „wielkim obserwatorem życia", a książka dlań jest jak gdyby odzwierciadleniem poznanej rzeczywistości, kopią widzianego świata.

Podanie treści, obrazków, układu książki dla dziecka w wieku przedszkolnym, zwłaszcza do lat 7-iu jest niezmiernie trudnym. Tym się tłumaczy taka nadprodukcja tanich, ale bezwartościowych wydawnictw, przeznaczonych dla małych dzieci. Pod brzydkimi ilustracjami bezsensowne, nic nie mówiące dwuwiersze. Zewnętrzna szata książki tchnie również tandetą i powszedniością.

Jak się ustrzec tej szarzyzny, która staje się zarazą?

Pragnąc przyjść z pomocą rodzicom, którzy w trosce o rozwój umysłowy swych dzieci, chcieliby nabywać jedynie wartościowe książki, ze znanych mi książeczek rzuconych na rynek księgarski, wybrałam następujących kilkanaście, które podaję, analizując je pokrótce. Są to książki, które mogą być dane do rąk dzieciom naszym w wieku do lat 7-iu, lub też takie, które im się czyta, od czasu do czasu zwracając uwagę dzieci na obrazki umieszczone obok tekstu.

Rok ubiegły przyniósł nam nie wiele książek dziecięcych. Powodem tego — nadprodukcja ich w roku poprzednim, 1934-ym. Dlatego omawiam książeczki z ostatnich paru lat.

A więc: z droższych książek w cenie od 2 zł. 40 gr. do 3 zł. 50 gr. wyd. przeważnie Arcta, należy podkreślić utwory: Ewy Szelburg-Zarembiny: „Ogród króla Marcina", „Trzy Miki z Ameryki" (opowiadanie o myszkach), „Zuchy" (w których autorka w przedziwny sposób wydobywa z małego Tomka głębiny uczuć dla słabszego towarzysza, którym się jak bratem opiekuje), „Moje wierszyki", w których z talentem, sobie właściwym, każe żabkom i innym zwierzątkom snuć baśnie cudowne.

Antoni Gawiński daje nam „Bajki staroświeckie": o złotym ptaku, o królewiczu wędrownym (prawdziwie staroświecka bajka), o Babie Jadze i inne. Ilustracje wprawdzie nie kolorowe, ale ładne, dużo tekstu. Nadaje się do przeczytania małym dzieciom.

Tegoż: „Dziesięciu Rycerzy" — książka trudniejsza od poprzednich.

Juljana Eismonda — pełna wdzięku „Przygody wiewióreczki" z pięknymi ilustracjami Mikołaja Wisznickiego, zarówno jak wyczerpana już niestety tegoż autora śliczna „Baśń o ziemnych ludkach", „O szczurkach" i inne.

J. Grabowskiego: świetna opowieść o psach: „Puc Bursztyn i Goście" — żywo, wesoło i barwnie napisane. Nadaje się do przeczytania dzieciom. Zawiera bardzo mało ilustracyj. Na

żądanie publiczności wyszło nowe wydanie. Tegoż: o ptakach: „Skrzydlate bractwo” i „Finek” również o psach.

Dla nieco starszych Makuszyńskiego: „Wyprawa pod psem”. Nader zajmująca książka. Kopalnia dowcipów!

Z dawniejszych na nowo wydanych, Jadwigi Szeptyckiej: „Jaś Ptaś. Przyjaciel ptaków”, świetna opowieść o ptaszkach znanych — jedyna rzecz tego roozaju przed wojną.

Or-Ota: „Stasia i Józio Wędrowniczki”. Dużo obrazków kolorowych i piękne wierszyki, choć nieco za trudne dla małych dzieci. Smutna, ale budząca żywe uczucie współczucia dla niewidomych opowieść o ślepych, Lidy Durdzikowej: „Dzieci o wygasłych oczach”. Pełne subtelnego wdzięku opowiadanie. Nadaje się do czytania dzieciom o twardych sercach, małym samolubom. Dzieci nerwowe, wrażliwe nie lubią smutnych opowieści. Nie należy im się z nimi narzucać, natura ich bowiem rwie się do słońca, życia, radości!

Rudyarda Kiplinga: „Takie sobie bajeczki” (chińskie, japońskie). „O kocie, który chodził sam na przechadzkę” i inne.

Zofji Rogoszówny: „Koszałki opałki” z ilustracjami Anny Gramatyki-Ostrowskiej i muzyką (nieco trudną do użytku domowego) St. Colonny Walewskiej. Tejże: „Klituś Bajduś”: Gadki, piosenki, zabawy dziecięce, spisane z ust ludu, ze wspomnień dziecięcych. Tejże: przez radjo nadawana świetna opowieść pod tytułem: „Dzień pana Majstra”: Ojciec Tydzień,

dzieci: poniedziałek, wtorek i t. d. Niestety wyczerpane!

Nowa, dużo droższa, bo aż 6 złotych kosztująca, bardzo ładnie wydana przez J. Przeworskiego książka znanego pedologa K. Czukowskiego: „Bajki nowe” w przepięknym tłumaczeniu z rosyjskiego Wł. Broniewskiego, zawiera cały szereg ciekawych opowiadań: „Limpopo”, „Czarny Piotr” „Muszka złotobrzuszka”, Telefon”. „Karaluszysko”, „Strapienie Małgorzaty”. Cudowne ilustracje W. Konaszewicza.

W tejże cenie nigdy nie zapomniana, czarowna opowieść Marji Konopnickiej: „O Krasnoludkach i Marysi sierotce” nadająca się do przeczytania lub opowiedzenia dzieciom. „Poezje dla dzieci” zarówno jak i inne utwory utalentowanej poetki: „Na jagody”, „Jak się dzieci bawiły w Bronowie” i inne odpowiednie dla małych dzieci.

Marji Weryho: „I ja już czytam” (50 powiastek dla małych dzieci) nieco przestarzałe, ale z talentem pedagogicznym napisane. Tejże: „Wśród swoich” („Rusałki”, „Kukułki”, „Na drzewie” i t. p.) I wreszcie świetna, znana z radja — Porazińskiej: „Hej z drogi”.

Najnowsza, śliczna książka Mariana Hemara pod tytułem: „Trzy małe świnki” według tekstu Walta Disney'a. Ilustracje Walta Disney'a. Dużo obrazków.

Z tańszych wydawnictw (cena z 4-ch zł. — 5-iu obniżona do 1 zł. lub 1.50) na uwagę zasługują:

M. Kownackiej „Plastusiowy pamiętnik" (dzieje ludzika z plasteliny) zawierający bardzo barwne obrazki.

Tejże: „Kukuryku na ręczniku“ bardzo barwny opis ze szkolnego życia dzieci. Obie książeczki niezmiernie się dzieciom podobają.

Lucyny Krzemienieckiej: „Bajki ciot-

ki Adelajdy", „Cudowne okulary" z bardzo dobrymi ilustracjami Bobińskiego. Tejże: „Przyszła koza do woza" z licznymi obrazkami.

Hanny Januszewskiej: „Jawor-Jawor". „Matulu-Matulu", „Tańcowały dwa Michały", „Z góry na Mazury" (bajki mazowieckie), „Ele mele dudki" (o trzech córeczkach szlachcianeczkach).

Powyższe książeczki po 1 zł. 50 gr. zawierają mało tekstu, a dużo bardzo barwnych ilustracyj — odpowiednie dla małych dzieci.

Kto może sobie pozwolić na tak zwane „Parawaniki", na grubym kartonie obrazki prawie bez tekstu, niech zażąda Er-Ela „Podróż samochodem", „Kocie ABC", „Kocie figle", „Baczność! Stop", „Wywczasy wojaka" i inne t. p.

Za parę miesięcy postaram się ten dział literatury dziecięcej uzupełnić, gdyż przewiduję, że napłyną nowe, a ładne bajeczki, których brak dziś — gdy bajki znów się zaleca — odczuwa się dotkliwie.

Dr. C. Bańkowska.

Radosne oczekiwanie.

(Z pamiętnika matki)

1 Luty.

Moje instynkty macierzyńskie są jeszcze w uśpieniu.

Dziwią mnie koleżanki, które tulą w ramionach każde spotkane maleństwo.

Zastanawiam się, szczere są, czy też udają?

7 Luty.

Odwiedziła mnie towarzyszka dzieciństwa. Śpieszyła do domu, bo karmi synka.

Zostałam zaproszona na chrzestną matkę. Mam poważne obawy, czy potrafię prawidłowo ująć niemowlę, by nie wyrządzić mu krzywdy.

Przez cały czas odwiedzin wysłuchuję opowiadań o dziecku.

— Mówię ci, jest najpiękiejszy na świecie! Już się uśmiecha i rączki do mnie wyciąga... Nie masz pojęcia, co to za radość! Czasem wprost wierzyć mi się nie chce, że to za moją przyczyną, dumna jestem i szczęśliwa! Ale nie zatrzymuj mnie dłużej, mogłabym bez końca mówić na ten temat, a zbliża się godzina karmienia. Powiem ci jedno: żyłam w ciemnościach i przejrzałam.

Zapadają mi głęboko w duszę ostatnie słowa koleżanki — myśl o dziecku wraca do mnie pod postacią snu i jawy.

9 Luty.

Za dużo jest ludzi na świecie. Może ta nowa istota będzie chora lub do życia niezdolna?

Rodzą się we mnie obawy, czy refleksje te nie są związane z lękiem przed cierpieniem lub utratą swobody.

10 Luty.

W wyniku tych rozmyślań udaję się do lekarza.

Okazuje się, że pomimo pozornej wątłości, nie posiadam żadnej organicznej wady i według wszelkiego prawdopodobieństwa urodzę zdrowe dziecko. Lekarz wypytuje o moich rodziców, lecz nie znajduje przeszkód w postaci chorób dziedzicznych.

Mąż mój ze swej strony poddaje się podobnemu badaniu.

Zadowoleni ze spełnienia tego najważniejszego obowiązku, opuszczamy gabinet lekarza.

20 Marzec.

Obserwuję pilnie zmiany, które we mnie zachodzą. Czytam, lecz książka mnie nudzi. Rozkładam robotę. Namyślam się i nie wiem od czego zacząć.

Ten deszcz tak ciągle pada! Dawniej nie wpływałoby to na mój nastrój — obecnie odczuwam, że pogoda ma władzę nade mną.

Chodzę z kąta w kąt po pokoju.

1. Kwiecień.

— Franiu — odzywam się do mojej pomocnicy — czemu kupujesz chleb taki gliniasty, przełknąć go poprostu nie można, a herbata jak siano.

Czuje sama, że są to grymasy, pochodzące z niechęci do jedzenia. W gardle mam uczucie piekącej zgagi.

Ubieram się i wychodzę z domu. Uszłam zaledwo kilka kroków. Przez otwarte drzwi spożywczego sklepu doleciał mnie zapach kiszonej kapusty. Czuję gwałtowny przypływ śliny. Doświadczam uczucia niepokoju jak palacz w okresie niepalenia. Chwyta mnie silny ból głowy i mdłości.

Wracam do domu. Ileż mam kłopotu ze sobą.

— Franiu moja, idź zaraz do sklepu po kapustę — odzywam się z rezygnacją w głosie.

— Co, po kapustę? przecież pani jej nigdy nie jada. Kończę właśnie prasować i wystygnie mi dusza.

— Już ja cię wyręczę, tylko idź prędko!

Spoglądam niecierpliwie na zegarek. Powinna za pięć minut być z powrotem. Stwierdzam w upokorzeniu, że za łyżkę kapusty dałabym się w kawałki pokrajać.

15 Kwiecień.

Wkrótce utyję i będę wyglądała, jak monstrum; tymczasem jednak jest odwrotnie i wszystkie moje suknie są za luźne.

5 Maj.

Mam kłopot z Franią. Domyśliła się wszystkiego i zaraz mi podziękowała.

— Ja, proszę pani, godziłam się do

dwojga państwa i pieluszek w kuchni nie ścierpię.

Przykro mi, że Frania tak postąpiła. Nie wiem, czy mi żal Frani czy siebie. Jakby z jej osobą wszystko się ode mnie oddaliło. Odczuwam samotność i opuszczenie. Po namyśle pojmować zaczynam, że nie mam powodu do rozpaczy, a egzaltowanie sprawy tak błahej dowodzi wielkiego przeczulenia.

Brak mi obecnie opanowania i spokoju, a każda drobna przykrość wytrąca mnie z równowagi.

8 Maj.

Przeczytałam u rodziców list, w którym była wzmianka o mnie: „Życzę córce waszej szczęśliwego rozwiązania. Jaki jest stan jej zdrowia, jak na nią oczywiście, zawsze była taka wątła". Zdawkowe życzenie i zapytanie nasuwa mi szereg wątpliwości i obaw, zaszczepia niepokój. Czuję się dotknięta i poniżona. „Jak na nią". Czy mam być od innych gorsza?

14 Czerwiec.

Doświadczam dziwnego uczucia. Z początku biorę to za ruchy kiszek.

Po upływie tygodnia objawy te stają się coraz wyraźniejsze — są to rytmiczne drgnienia, przypominające telegraf Morse'a.

Według tych pierwszych ruchów za dodaniem pięciu miesięcy można obliczyć dzień rozwiązania. Ciąża trwa około czterdziestu tygodni. Pierwsze ruchy odczuwa się w połowie tego okresu.

Ponieważ u osób mniej wrażliwych uświadomienie sobie tych objawów może być względne — przyjęte zostało obliczenie dnia rozwiązania przez odejmowanie trzech miesięcy wstecz i dodanie siedmiu dni naprzód do ostatniego okresu matki.

Zaczynam nosić pas specjalny gumowy. Dostarcza on swobody ruchów i wpływa dodatnio na ogólne samopoczucie.

20 Czerwiec.

Żadna moda nie wymyśli sukni, maskującej zdeformowaną sylwetkę!

Noszę na ulicę długą pelerynę, w domu — fartuszek, zakrywający całą figurę. Korzystny jest koronkowy lub organdinowy żabot, gdyż uwypukla klatkę piersiową.

Unikam barw jaskrawych. Suknie moje są ciemne i dość długie. Obuwie na niskim obcasie.

Dbam o zachowanie prawidłowej postawy.

25 Czerwiec.

Czuje się silna i zdrowa. Mam taki apetyt, że muszę się hamować. Ograniczam przede wszystkim ilość pły-

nów i potraw mącznych. Jadam umiarkowanie, stosując się do wskazówek lekarza, który nie zaleca forsownego odżywiania, by nie spowodować nadmiernego rozrostu dziecka. W związku z dobrym samopoczuciem fizycznem usposobienie moje staje się wesołe i pogodne.

15 Lipiec.

Jestem na wsi. Panują wielkie upały. Prosiłam specjalnie o pokój niesłoneczny.

Siedzę na balkonie. Patrzę na sosnowy las.

Wierzchołek starej sosny sięga mojego ramienia. Odcina się żywą zielenią młody tegoroczny pęd...

Z dołu dochodzi gwar wesołych głosów.

Na huśtawce czerwona jak mak sukienka rozwiewa się na wszystkie strony.

— Idziemy dziś na łódkę, prawda?

— Naturalnie, zaraz po podwieczorku — odpowiada ktoś mimochodem.

— To wszystko nie dla mnie — myślę ze smutkiem i czuję się wyrzucona poza nawias życia.

Ktoś stuka.

— Proszę — odpowiadam bez namysłu.

— Zostałem tu wydelegowany przez naszą pensjonatową paczkę, widzimy, że pani od nas stroni, więc gdy nie góra do Mahometa, to Mahomet do góry. Czy wybierzemy się na dancing?

Zamiast odpowiedzi myślę: — Widocznie nie domyślają się niczego, skoro mi proponują. I jako kobieta, która w oczach świata wchodzi jeszcze w rachubę — daję zgodę.

Ale skoro tylko drzwi zamykają się za gościem, zastanawiam się nad tym, co zrobiłam. — Przecież nie pójdę, czemu nie odmówiłam odrazu? Byłam tak zaskoczona. Teraz trzeba znaleźć jakieś wyjście.

Piszę lakoniczną kartkę: „Dziękuję za zaproszenie, nie mam dziś nastroju do tańca.“

— Czyżby to była prawda? Gdy wniknę w siebie, czuję, że popełniłam kłamstwo.

15 Sierpień.

Dziś wyjeżdżam.

18 Sierpień.

Jestem znowu w Warszawie. Dużo czytam. Nie interesują mnie powieści lecz książki z zakresu higieny i wychowania.

Przygotowuję się do nowych zadań i studiuję „Duszę dziecka“ Sully, „Wychowanie domowe“ Massoni, „Jak kochać dziecko“ Korczaka, „Higienę

noworodka i niemowlęcia" Dr. Cieszyńskiego, „Powietrze, słońce i woda w życiu dziecka" Michałowicza.

Znajduję upodobanie w robotach ręcznych. Nie tylko sama robota sprawia mi przyjemność, lecz te myśli, które jej towarzyszą i w nią się wplatają. Stosując się do przepisów higienicznych przebywam stale na powietrzu i używam dużo ruchu. Wszelkie sporty są mi zakazane, staram się uzupełnić ten brak lekką gimnastyką.

Kąpię się raz w tygodniu, codziennie obmywam ciało zimną wodą.

15 Wrzesień.

Gdy zmierzch zapada, czuje niepokój w okolicy serca i lęk przed tym, co mnie czeka.

W chwilach takiej rozterki odmawiam różaniec. Pomijam tajemnicę bolesną i chwalebną, podnosi mnie na duchu część radosna.

1 Październik.

Byłam u lekarza, który wszystko znalazł w porządku.

— Jaką lecznicę pani wybierze?

— Wolałabym w domu, to o wiele przyjemniej — wtrącam nieśmiało.

— Stanowczo oponuję. Dla rodzącej po raz pierwszy to ryzykowne i radziłbym w zakładzie, gdzie jest fachowa opieka.

12 Październik.

Żyję zasklepiona we własnym świecie wewnętrznym, który mnie całkowicie wypełnia. Oglądam się czasem za siebie, jak ten co idąc pod górę, chce obliczyć, jak dużo uszedł i ile mu jeszcze zostało, by osiągnąć upragniony cel. *Jadwiga Kopciowa.*

Marnotrawstwo.

Po powrocie z letnich wczasów doprowadza się dom cały do porządku, w czym poważną rolę odgrywa zlustrowanie szaf i szuflad. Asystują przy tym, bynajmniej nie bezinteresownie dzieci. Bo to wtedy niejedno przechodzi w ich ręce.

„Masz ten kawałek ołówka — przyda ci się do zabawy", mówi wspaniałomyślnie starszy braciszek, którego piórnik po rozpoczęciu roku szkolnego napełnił się już nowymi przyborami. Przy tej okazji do „małych" przechodzą też okładki starych kajetów, kawałki barwnego glansowanego papieru, resztki kolorowych kredek, jakiś stary tępy kozik z racji otrzymania przez ofiarodawcę prawdziwego już scyzoryka, parawaniki obrazkowe i t. d. i t. d. „Tylko nie zmarnuj! nie poniszcz tego odrazu!" ostrzega brat powszechniaczek czy gimnazista.

I słusznie: małe dziecko mnie zaraz papier, bibułkę w rączce, bo nie nabrało jeszcze doświadczenia, że uroda papieru to jego gładka, czysta, nieposzlakowana powierzchnia. Mniejsze przedmioty, obrazeczki, dodawane do czekoladek, resztki farb rozproszy, pogubi A przecież te drobnostki mogłyby dziecku służyć dłużej, dostarczyć mu wielu przyjemności, gdybyśmy mu nieco w tym pomogli.

Przede wszystkim trzeba się zatroszczyć, żeby malec miał jakieś schowanko, własne większe pudełko, szufladkę. Trzeba mu pokazać, jak układać papierki, żeby się nie pomięły i przekonać, że zgniecione, złożone niedbale, nie dadzą się do pierwotnego stanu doprowadzić; nauczyć, że niektóre przedmioty, rzucone na podłogę, w kąt, w pył, tracą swą piękność i do dawnego wyglądu przywrócić ich nie będzie można. Pamiętajmy przytem, że ciskanie gdzie bądź i jak bądź posiadanych na własność rzeczy nie zawsze pochodzi z rozhukania, wybuchów nieokiełznanego temperamentu, „rozpusty", jak mawiają nianie — jakże często to brak umiejętności obchodzenia się z takim, a nie innym materiałem. Łatwo zapominamy, że

wszystkiegośmy się w życiu kolejno uczyć musieli.

Starsza siostrzyczka dała „małej" podniszczoną lalkę o bladej buzi, zmierzwionych włosach, czy wogóle łysawą, bezręką czy beznogą. Czy nie możnaby niewielkim kosztem doprowadzić jej w „klinice lalek" do dawnego stanu? Czemuż dziecko ma przywykać do posługiwania się przedmiotami uszkodzonymi, zniekształconymi, brudnymi, brzydkimi?

Od siostrzyczki też malec dostał w spadku pieczątkę ozdobną czy kalkomanię, kawałek koronki czy hafciku na śliniaczek dla „dzidziusia", małe lusterеczko, wstążeczkę i t. p. Lecz najwięcej dostać można od mamusi: gałganki od sukien, których już ślad w domu zaginął, maleńki kawałek tasiemki, trochę dżeciku na niteczce, śliczny guzik w kształcie kwiatka czy owada, buteleczkę od próbki perfum, pudełko od pantofli czy kaloszy i t. d. i t. d. Od tatusia małe pudełeczka od stalówek czy spinaczy, bo się właśnie skończyły.

Ręce malca obdarowane podarkami, ale gdzie je położy? co z nimi ma zrobić? A przywiezione ze wsi osobliwe szyszki, malutkie miseczki od żołędzi, czy z nad morza kamienie, piórka, morską trawę dobrze żeby i towarzyszom — przyjaciołom pokazał którzy tam nie byli. I tym zbiorom letnim nie dajmy się zmarnować; wskażmy, gdzie, jak ma je w ładzie i całości złożyć — inaczej zacznie się od marnotrawienia, nieliczenia się z wartością i znaczeniem drobnostek, później wogóle przedmiotów osobistego użytku, wreszcie i kosztownych ruchomości własnych i cudzych.

J. Gażyńska.

Odpowiedzi na listy rodziców.

1. Pani. D. Kadyszowej. Odpowiedź trochę trudna na odległość, tym bardziej że wysypki pokrzywkowe występują u dzieci po różnych pokarmach. Naogół należy dążyć aby dieta zawierała możliwie najmniej mleka, tłuszczu, soli (rosołów). Ilość mleka na dobę u prawie 2-letniej córeczki Pani nie potrzebuje przekraczać 1 szklanki, przyczem lepiej są znoszone kwaśne przetwory mleczne. Porcja dzienna masła powinna wynosić koło 2 łyż. od herbaty. Większość tych dzieci dobrze znosi mięso, byleby mięso było chude i mielone. Można go dawać w ilości 2—3 łyż. od herbaty co drugi dzień. Jeśli po żółtku wysypka nie występuje, można go dawać, ale tylko w potrawach i to w nieznacznych ilościach. Dziecko powinno przebywać dużo na powietrzu. Waga małej (11,5 kg) wykazuje pewien niedobór, ale nieznaczny.

2. Pani M. Wol... Głównym objawem skazy wysiękowej jest nadmierna odczynowość zarówno skóry jak i błon śluzowych dziecka. W związku z tym dzieci, dotknięte powyższym cierpieniem, są skłonne do najprzeróżniejszych wysypek skórnych, do stanów nieżytowych dróg oddechowych, biegunek i t. d. i t. d. Między innymi to, co ludowa nazwa określa jako ognipiór, jest przejawem skazy wysiękowej dziecka.

3. Pani W. Wojciechowskiej. Bieliznę chłopczyka 9-miesięcznego stanowią — koszulka, majteczki, pończoszki, a jeśli jest chłodniej i kaftanik. Na to dziecko dostaje sukienkę. Do wyjścia w zimie najbardziej się nadają ciepły płaszczyk i rajtuzki.

4. Pani Z. Karwowskiej. Oczywiście, ma Pani rację. Ilość pokarmu, który niemowlę ma spożywać w pierwszym miesiącu życia, **powinna wynosić koło $^1/_6$ jego wagi.** W książeczce Dr. J. Śmiarowskiej z roku 1934 na str. 177 wkradł się błąd drukarski — powinno być $^1/_6$, a wydrukowano $^1/_{16}$.

5. Pani Dr. J. Gerochowi. Za radę dziękujemy i będziemy się nad nią zastanawiali.

6. Pani Z. Przygodzkiej. Wody wodociągowej nie trzeba do kąpieli niemowlęcia gotować, wystarczy ją podgrzać. Wodę z rzeki, jak również wodę deszczową należy zawsze gotować.

7. Pani M. Wyrąbkowej. Wobec skłonności do rozwolnień Pani 1-miesięcznego synka radzimy brakujący pokarm pokryć mieszanką — mleko, lekki klej owsiany lub ryżowy pół na pół + $^3/_4$ łyż. od herb. cukru buraczanego + $^3/_4$ łyż. od herb. nutromaltu Wandera na 100 g mieszanki. W razie potrzeby ilość nutromaltu w mieszance można zwiększyć.

8. Pani H. Wolskiej. Niemowlę powinno być kąpane codziennie, inaczej mówiąc małemu 8-miesięcznemu Wojtusiowi dzieje się krzywda. Ospę można mu zaszczepić jeszcze teraz, o ile będzie ładnie. To, że chłopak ma „tylko“ 3 ząbki, należy oceniać jako dobry objaw, a nie zły.